産官学連携フェスティバル２００８　ポスター発表申込書･要旨原稿

テーマ

# 鳥取県の児童を対象とした食育と健康・体力に関する研究
## －生活習慣（特に，食生活と運動）の現状把握・評価と望ましい環境の創造を目指して－

発表者

○　南　雅樹　米子工業高等専門学校

概　要

最近の児童における生活習慣の乱れ、それに伴う不定愁訴の訴え率の増加、さらに体力低下傾向は、多くの報告から明らかであり、将来危惧される状況に繋がるとの指摘も多い。本研究では、県下の児童を対象として身体特性（骨密度と体組成）の測定、生活習慣に関する調査を行い、児童のそれら指標に関する現状把握と相互の関係を分析･検討した。 身体特性の指標に及ぼす幾つかの生活習慣の問題点が示唆された。

## 研究の背景

近年の児童が抱える問題

- 体力・運動能力の低下や二極化
- 身体活動量（遊びや運動）の低下
- 生活習慣の乱れ（欠食、不規則）
- 不定愁訴、低体温症状や肥満傾向の増加

## 研究課題

本県児童は？ → 諸問題の現状把握

・身体特性（骨密度、体組成）と生活習慣の現状把握

現状把握･評価から導き出される改善ポイントの抽出

・生活習慣の各指標から身体特性の比較、相互の関連を分析

## 研究方法

| 被験者 | 測定 | 調査 |
|---|---|---|
| ・県西部の小学生（4～6年）の男女250名とその一部の保護者 | ・骨密度（超音波法:Aloka社製AOS-100）<br>・体組成（多周波数インピーダンス法:TANITA社製）　ほか | ・生活習慣調<br>1）食習慣<br>2）運動習慣<br>3）不定愁訴<br>4）保護者の意識<br>ほか |

## 結果

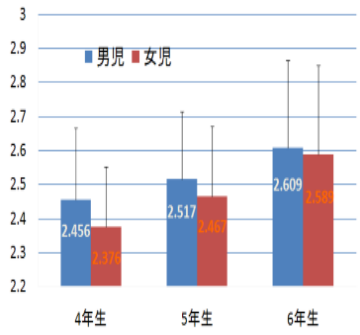


図1. 骨密度の性別･学年別にみた特徴･傾向

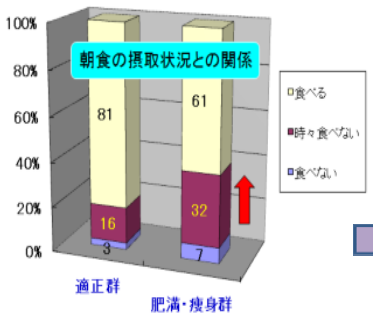


図2. 食習慣からみた体組成の特徴･傾向

## 総括

既に指摘されている問題点が本県児童においても明らかになった。

▲肥満 or 痩身傾向の増加

▲骨密度の低値化（女児）←標準値

▲身体特性と生活習慣の有意な関係

これらの問題に関する背景を児童と保護者の両面から検討することが重要。

【来場者へのメッセージ】

県内の小、中学校で測定・調査を実施しています。 ぜひご検討下さい。

各種の測定機器（骨密度測定器、加速度脈波器：血管老化度の測定など）を用いたスクリーニングを行い、健康意識の高い職場や地域を目指しましょう！

連絡先：米子工業高等専門学校　一般科目・教授　南　雅樹

米子市彦名町４４４８　　TEL. 0859－24－5069　E-mail: minami@yonago-k.ac.jp

| 分　野 | その他（健康体力学，測定評価学） |
|---|---|